
Las Kumpas
RED FEMINISTA ABORTERA ANTOFA

# ¿Quiénes somos?

Somos una red feminista de la ciudad de Antofagasta, que entrega información y acompañamiento a mujeres que desean interrumpir un embarazo no deseado. Funcionamos de manera autónoma a través de donaciones voluntarias de mujeres. Nos articulamos con redes de otros territorios, creando estrategias de resistencia frente a la violencia patriarcal.

Creemos que la maternidad se desea y no se impone. Abortar es un acto de rebeldía y recuperación de nuestras cuerpas. Somos feministas que abortamos la heterosexualidad obligatoria y consideramos que amar a otra mujer en este mundo que nos odia es un acto totalmente revolucionario.

# ¿Es seguro abortar con medicamentos?

Solo 2 o 3 de cada 100 mujeres que tiene un aborto con pastillas deben acudir a un centro médico (solamente para cuidados menores).

La probabilidad de muerte es menor a 1 por cada 100.000; es decir, menor al riesgo de muerte por uso de penicilina o por un embarazo de término.

Realizado de manera informada, el aborto con medicamentos es seguro, lo que es riesgoso es un embarazo no deseado.

***Las mujeres abortamos ancestralmente y lo seguiremos haciendo***

# Sobre los medicamentos

## La Mifepristona

Bloquea la hormona del embarazo (progesterona) y si se utiliza combinada con misoprostol sirve para realizar un aborto con 98% de eficacia.

## El Misoprostol

Provoca cambios en el cuello uterino y contracciones del útero, expulsando sus contenidos.

Puedes usar misoprostol sin suspender tratamientos de hipertensión, diabetes mellitus tipo 1 o 2, epilepsia, hipotiroidismo o depresión. También puedes usarlo si te han diagnosticado ovario poliquístico. Utilizado de manera correcta no produce problemas de fertilidad a largo plazo ni daños al aparato reproductor.

# Cuidados previos

*Alimentación recomendada* Alimentos ricos en hierro (lentejas, espinaca y acelga), leche de avena, almendras, nueces. Preferir alimentos cocidos y abundante líquido e ingerir batidos ricos en vitamina C (naranja, piña, kiwi, zanahoria, etc.)

*Plantas medicinales para la calma* Manzanilla, melisa, naranjo, pasiflora, valeriana. Puede ser en infusión o tintura madre.

*Preparar la matriz* Tintura madre de ruda, borraja, artemisa. Es recomendable usar máximo dos hierbas mezcladas.



# Antes del procedimiento

**Debes realizar una ecografía** para tener certeza del embarazo, cantidad de semanas y descartar un embarazo ectópico.

Una vez confirmado el embarazo debes acudir a redes feministas que te acompañen en el proceso de manera segura.

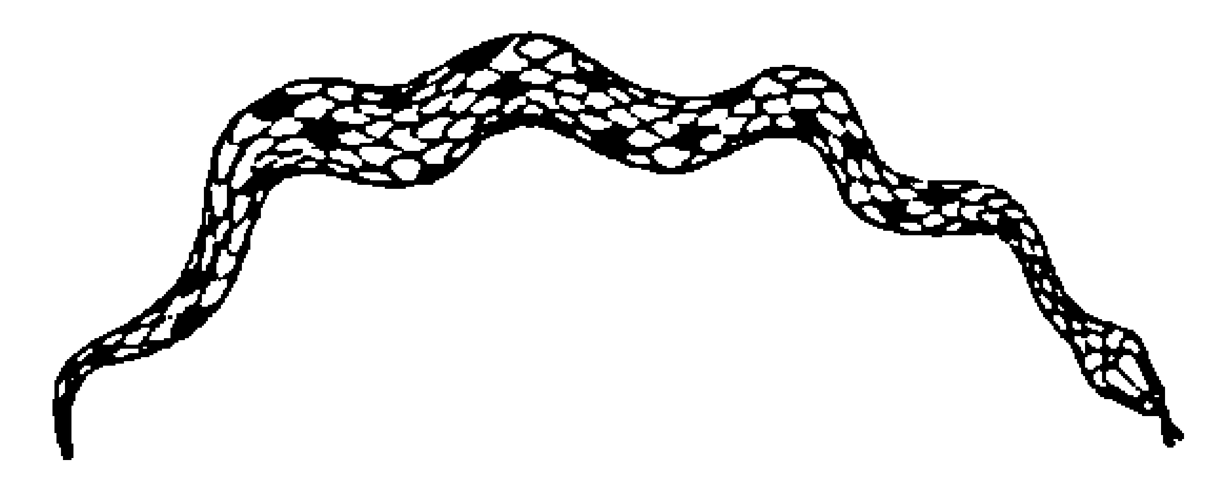
## ¿Cuándo no es recomendable abortar con pastillas?

- Embarazo ectópico
- Problemas de coagulación
- Si tienes DIU es recomendable sacarlo
- Si eres RH (-) coloca gammaglobulina anti D
- Si tienes anemia severa, debes tratarla antes.

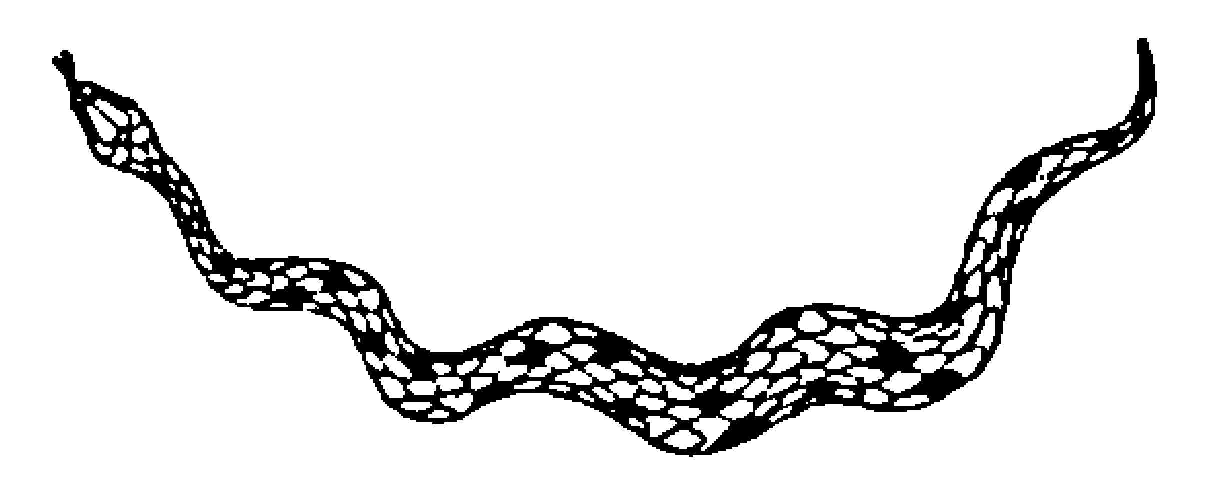
# Aborto seguro y feminista

Hablamos de un aborto feminista porque creemos en la sororidad y el cuidado entre mujeres, sin esperar nada del Estado, las instituciones públicas o privadas ni los partidos políticos. Queremos erradicar las lógicas mercantiles que hacen de nuestra seguridad un negocio para algunos. No pedimos explicaciones ni juzgamos a ninguna mujer que decide interrumpir un embarazo o seguir con él; cada una es libre de elegir qué hacer con su cuerpa. Entregamos información y acompañamos a las mujeres que lo quieran y necesiten, para que puedan llevar a cabo sus decisiones sin ponerse en riesgo.





Al mercado ilegal (no negro) no le interesa la salud de las mujeres.
Antes de contactarte con vendedores inescrupulosos y poner en riesgo tu salud.
Infórmate y escríbenos.



# Procedimiento sencillo

## 12 pastillas misoprostol

### Paso 1

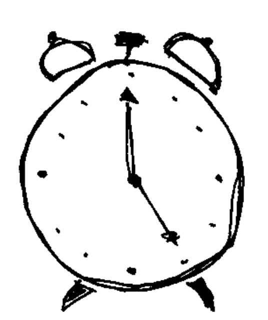
Pones debajo de la lengua 4 pastillas de misoprostol de 200 mcg durante media hora, sin tragar ni escupir (debes cuidar no vomitar durante esa media hora).



### Paso 2

**Esperar 3 horas** y repetir el paso 1

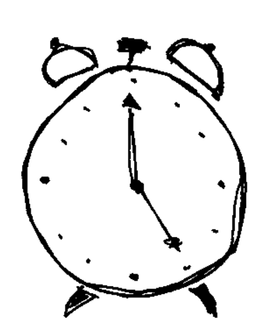
4 pastillas sublinguales por media hora.



### Paso 3

**Esperar 3 horas** y repetir el paso 1

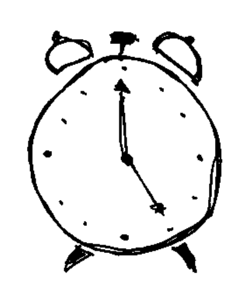
4 pastillas sublinguales por media hora.



# Procedimiento combinado

## Mifepristona + Misoprostol

## Paso 1



**TRAGAS** la MIFEPRISTONA

Se espera de 24 a 48 horas

(Dependiendo de la cantidad de semanas)






Pones debajo de la lengua 4 pastillas de misoprostol

Durante media hora.

## SOS

**Esperar 3 horas** y solo en caso de no pasar nada (ausencia de sangrado) usar 2 miso sublinguales por media hora.

# Síntomas

Sangrado y coágulos similares a los que se producen durante la menstruación pero más abundante. Dolor abdominal producto de las contracciones, escalofríos, diarrea, náuseas, vómito, dolor de cabeza o fiebre.

Expulsión del saco gestacional (el tamaño y forma depende de la cantidad de semanas). El sangrado posterior a la expulsión puede durar una semana y debe ir disminuyendo con el tiempo.

# ¿Cómo sabes si abortaste?

Revisar con un guante o bolsa lo que expulsaste. El saco gestacional tiene una textura más consistente que un coágulo, no es fácil de disolver. El dolor aumenta unos minutos previos a la expulsión y disminuye notablemente posterior a ello. Sin embargo, la forma más eficaz de comprobarlo es realizar una ecografía a los 15 días post-aborto.

# Durante el procedimiento

## Alimentación

Crema o sopa de verduras. Evita lácteos, frituras y refinados.

## Fármacos

Una hora antes del uso de misoprostol puedes tomar ibuprofeno o paracetamol de 400 o 600 mg. Cada 6 u 8 horas.

## Plantas medicinales

Para facilitar la expulsión: ruda, toronjil, salvia, poleo, artemisa, milenrama, hierba de san juan.

Para calmar el dolor: manzanilla, jengibre, y lavanda.

Recomendamos usar guatero en la espalda baja (cola).



# ¿Cuándo ir a urgencia?

- Fiebre 24 horas después de realizar el procedimiento
- Desmayo
- Dolor intenso que persiste aun usando ibuprofeno o paracetamol
- Hemorragia (4 toallas llenas durante dos horas)

*Los síntomas del aborto con pastillas son iguales a los de un aborto espontáneo. No hay forma que descubra que fue provocado. No te dejes intimidar por el personal médico y no entregues información que te ponga en riesgo.*





# Cuidados post

Consume alimentos ricos en hierro mezclados con jugo de limón, ajo crudo e infusiones o tintura madre de borraja, albahaca o artemisa. Evita las bebidas gaseosas o energéticas, azúcar refinada, alimentos condimentados o estimulantes, alcohol y cigarrillo.

Puedes realizar vahos vaginales, se recomienda su uso una semana después de haber terminado el sangrado post aborto.

*Decidir abortar es un acto de recuperación de nuestra cuerpa y un buen momento para cuestionarse las relaciones, la heterosexualidad obligatoria y la forma de controlar nuestra fertilidad.*



Contra la legalidad patriarcal

# ¡Desacato y sororidad!



# Contacto

**Laskumpas@riseup.net**

Si te encuentras en situación de embarazo no deseado, escribe a este correo para obtener información segura y acompañamiento feminista.